

“不疼不痒”才是脂肪肝、酒精肝真正的危害

肝脏是一个没有感觉神经的脏器,被称之为“沉默的器官”。即使肝脏堆积了众多脂肪乃至出现炎症,它也不会疼痛。“不疼不痒”往往导致脂肪肝、酒精肝悄然无声地发展。

针对脂肪肝、酒精肝在现代都市人群中的发病率明显上升的趋势,4月28日,世界卫生组织(WHO)上海健康教育与健康促进合作中心同浙江金诺康生物制药有限公司携手,在湖州合作建立“脂肪肝防治科普教育基地”。同时,“保肝护肝中国行”健康预防项目也正式启动。据介绍,该项目为期三年,将在上海、北京、广州、重庆、湖州、嘉兴、南京、杭州、南昌、武汉、沈阳、长沙、福州、青岛、西安等城市开展。内容包括组织肝病专家编写《脂肪肝防治科普教育蓝皮书(脂肪肝、酒精肝30问)》,开展专家讲座,对全国1000名重度脂肪肝患者义务开展康复援助工程。

■ 对待脂肪肝酒精肝刻不容缓

肝脏是人体重要的器官之一,担负着消化、解毒、分泌、吸收等多种功能。如果把代谢综合征看成是一棵大树的话,脂肪肝酒精肝则是大树的

一个枝干,其他枝干还包括高血压、高血脂症、高尿酸血症以及冠心病、动脉粥样硬化等心脑血管疾病。他们之间又是相互影响,严重影响人体健康。尽管如此,绝大多数患者仍将脂肪肝酒精肝等视为“亚健康”状态,抱着“没什么大不了”的态度,置之不理。在世界卫生组织(WHO)上海健康教育与健康促进合作中心脂肪肝防治科普教育基地揭牌仪式上举办的“保肝护肝中国行”专家讲座中,针对很多人提出的“为什么患有脂肪肝、酒精肝,却没有疼痛感?”这一问题,脂肪肝防治科普教育基地专家表示,肝脏是一个没有感觉神经的脏器,被称之为“沉默的器官”。即使肝脏堆积了众多脂肪乃至出现炎症,它也不会疼痛。有些脂肪肝、酒精肝患者的肝区部位有胀痛感,也不是肝脏出现的疼痛信号,而是肝脏发生肿大之后牵动了肝被膜或周围组织所引起的。

正因如此,人们往往容易忽视脂肪肝、酒精肝的存在,导致脂肪肝、酒精肝悄然无声地发展,待患者感到肝区疼痛时,往往为时已晚。因此,通过综合手段防治脂肪肝、酒精肝刻不容缓。

■ 清肝养肝:远离酒精肝,摆脱脂肪肝

据悉,为了让现代人对脂肪肝、酒精肝这种“隐形杀手”引起足够重视,世界卫生组织(WHO)上海健康教育与健康促进合作中心“脂肪肝防治科普教育基地”首度起草发布《2012脂肪肝防治科普教育蓝皮书》,并提出“防控脂肪肝”的基本概念:一是清肝:清酒毒、清药毒;二是养肝:倡导科学的生活方式;三是远离酒精肝,摆脱脂肪肝,防止脂肪肝、酒精肝向肝硬化等方向进一步恶化。肝病专家表示,只有让现代人充分看到脂肪肝酒精肝的危害,把清肝养肝、远离酒精肝、摆脱脂肪肝的理念传授给每一位国民,才能使其早发现,早防治,防微杜渐,才是对自己、对家庭、对社会最大的负责。



奥妙5月,孩子生长黄金季

直接摄入会造成自身分泌量的减低,形成负反馈。中医学专家及浙江理工大学生命科学院院长等众多科学家,经过20多年的潜心研究和攻关,采用生物技术,把天然原料作为生物反应器,表达出小分子多肽类生长关键物质,成功克服了口服吸收的世界难题,且能提升自身生长关键物质的分泌量。春季身高大型咨询活动通知:特邀专业人士,从骨骼、体内脂肪含量、无机矿物质等身高、营养关键参数进行综合测评,制定均衡营养、增加生长动力、延缓骨龄等个性身高改善方案。

服务点:北京西路1701号静安中华大厦三楼 T:61700398;建国西路427号(中国科学院边门) T:64314770;南京东路459号置地广场1107室 T:63528000

特别声明:中科衡通医学成立于1993年,由中国科学院、上海生理研究所创办,享有中国科学院强大科研背景,目前不法商家冒用中科名义欺骗消费者,特提醒消费者认准“中国科学院科技网络成员单位”认证,若发现有假冒或欺骗行为,请向工商部门或我单位举报,举报电话:800-820-8727。

新民晚报 小小舞台,大大梦想!

2012 上海夏季音乐节“我是小小演奏家”报名开始啦!

由上海夏季音乐节、《新民晚报》联合主办的2012上海夏季音乐节“我是小小演奏家”活动报名开始啦!凡15岁以下、学习西洋乐器的小朋友都可以来报名参加我们的活动,入选者将登上音乐节的梦想舞台,与几百名艺术家一起,畅享夏日音乐盛宴!

活动宗旨:

上海夏季音乐节(MISA)是国内首个每年夏天定期举办的大型古典音乐节,由上海交响乐团于2010年创办,上海交响乐团音乐总监余隆、英国皇家爱乐乐团音乐总监和美国费城交响乐团的首席指挥夏尔·迪图瓦担任联合总监。

上海交响乐团历史上一直有举办夏季露天音乐会的传统。早在1926年,上海交响乐团的前身(上海工部局乐队)夏天都会在中山公园、虹口公园等地定期举行露天音乐会。近年来,在多方面的努力和推动下,上海夏季音乐节应运而生,于2010年夏季首次亮相。上海夏季音乐节广邀世界一流艺术家和演出团体。除演出外,音乐节还开设了名人讲堂、梦想舞台等教育和互动板块,不仅在每年夏季给观众集中带来长达半个月的音乐盛宴,更是一次次与古典音乐亲密接触、寓教于乐的身心享受。

2012年上海夏季音乐节将于7月29日至8月12日在上海举行。音乐节即将有上百位来自全球的顶尖古典音乐家全情参与,是全民的节日,艺术家和爱乐者们集体狂欢。“我是小小演奏家”活动让孩子们成为音乐节舞台上的主角,小朋友们在这里不仅能得到一个自我才艺的展示空间,也可以与其他学习各种音乐乐器的孩子们切磋交流。

所有参加演出的小演员将获得MISA大礼包一份,内含

■ “MISA小小演奏家”证书1张



- 夏季音乐节独家纪念品1份
- MISA主题纪念T恤衫1件
- 演出当天“小小演奏家”亲子入场券1套(5张)

报名方式

请登录上海交响乐团官方网站:
www.sh-symphony.com 浏览详细情况并下载报名表。

报名时间:即日起至5月30日

演出时间:2012年8月4.5.11.12日下午(待定)

演出地点:上海夏季音乐节音乐厅

咨询电话:64374682 64374685

报名须知:

1 主要演出者年龄在15岁以下,演奏乐器不限(如钢琴、小提琴、长笛、双簧管、大提琴等便于携带的西洋乐器)。

2 钢琴由音乐节提供,其余乐器自备,参加演出者自行携带钢琴伴奏。

3 每位选手可报多个节目,单个节目长度请控制在5分钟以内,入选节目不超过2个。

4 主办方会根据选手提交的资料发放面试通知,面试合格者将登上2012上海夏季音乐节舞台表演。

牙龈出血、口臭、牙齿松动是“危险信号”

别让牙周病落光牙齿危害全身

刷牙经常牙龈出血,口臭总是挥之不去……也许你以为这只不过是“小毛病”,却不知道这极有可能是“危险信号”,在你掉以轻心的时候,被医学界定论为威胁人体健康的第三大杀手和口腔健康的“头号祸首”——牙周病可能已经开始侵蚀你的牙齿和全身,如不及时防治,不仅会导致“满口掉牙”的严重后果,更会引发全身疾病。

病菌从牙齿危害到心脏

牙周病主要是指牙齿周围组织的炎症萎缩性疾病。牙周病会导致牙龈红肿、口臭、出血、牙齿松动、移位、倾斜、咀嚼无力甚至疼痛难忍,全身不适,最终导致牙齿脱落,或者被迫拔牙,正所谓:“龋齿只会坏掉一颗牙,而牙周病会导致一排牙齿脱落”。据统计,35岁以上人群,80%以上的牙齿脱落是牙周病引起的。牙周病不仅会对饮食、容颜、心理等造成严重伤害,更会影响心脏、肺、肾等重要脏器功能,牙周袋里的大量细菌会导致心脏病、中风、慢性肺炎、动脉硬化、肾炎等各种死亡率极高的疾病。

牙周病必须接受系统治疗

很多牙周病患者有这样的误区,以为使

现在“破壁”灵芝孢子粉已经成为颇受大众消费者青睐的保健品,但孢子粉破壁率的多少直接影响人体对其有效成分的吸收,因此如何辨别和选择高破壁率的优质孢子粉对于消费者来说非常重要。

从结构上看,灵芝的孢子的双层外壳是几丁质孢壁非常坚硬,坚硬的内外壳紧紧包围着孢子内部的所有有效成分,这些有效成分主要是三萜及多糖类。不破壁的孢子粉人体吸收率不到25%,因此只有破壁的孢子粉才易于人体吸收,其灵芝有效成分含量也明显高于等量的不破壁孢子粉。

那么,如何检测所购买的孢子粉是否破壁呢?

有一个很简单的方法。只要用400倍以上的显微镜就可以非常清晰地观测到其破壁效果:取少量的待鉴定的孢子粉放在玻璃镜片上,然后放在显微镜下观察,没有破壁的的灵芝孢子粉从显微镜中可以清晰地看见灵芝孢子呈瓜子状。破壁后的孢子粉外壳明显被打碎,呈碎片状。

为了帮助广大消费者更加清楚地认识破壁灵芝孢子粉,中科院上海健康服务中心近十年来均为广大消费者提供免费灵芝孢子破壁检验观测服务!

地址:肇嘉浜路526号(近岳阳路)

咨询电话:021-34010789

网站:www.zhongke.sh.cn

上海港华医院 口腔科

口腔内科 口腔预防保健专业 口腔颌面外科 正畸专业 口腔修复专业

沪医广[2011]第12-25-C394号有效期:自2011年12月25日至2012年12月24日止

地址:上海市淮海西路282号、286号 联系电话:021-52300035

教您识别灵芝孢子粉是否破壁